

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное автономное образовательное учреждение
Тюменской области
дополнительного профессионального образования
«ТЮМЕНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
РАЗВИТИЯ РЕГИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»
(ГАОУ ТО ДПО «ТОГИРРО»)

Управление развитием региональной системы дополнительного образования

УТВЕРЖДЕНА
решением Ученого совета
ГАОУ ТО ДПО «ТОГИРРО»
от 24.12.2025, протокол № 8

Дополнительная профессиональная программа
(повышение квалификации)

«Организация деятельности педагога дополнительного
образования в области физической культуры и спорта»
(16 час.)

Разработчик(и) программы:
Иоскович И.А.,
старший методист УРРСДО
ГАОУ ТО ДПО «ТОГИРРО»
Симон Н.А.,
к.п.н., доцент КДиНОО
ГАОУ ТО ДПО "ТОГИРРО"

Раздел 1. Характеристика программы

1.1. Цель реализации программы: совершенствование профессиональных компетенций тренера-преподавателя по организации тренировочного процесса оздоровительной направленности с нормотипичными обучающимися, обучающимися с ограниченными возможностями здоровья и тренировочного процесса спорта массовых разрядов, адаптивного в условиях дополнительного образования.

1.2. Планируемые результаты обучения:

Трудовая функция	Трудовое действие	Знать	Уметь
Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам	Организация, в том числе стимулирование и мотивация, деятельности и общения обучающихся на учебных занятиях	Теоретические и методические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств спортсменов, в том числе с ограниченными возможностями здоровья; основы прогнозирования, планирования, организации, учета и контроля процесса спортивной тренировки; методы командообразования, психологической подготовки спортсмена; закономерности физиологической адаптации и энергообеспечения в спорте.	Осуществлять подбор целесообразных эффективных форм, средств и методов тренировочной работы оздоровительной, спортивной и адаптивной направленности; планировать этапы, стороны, содержание оздоровительной и спортивной тренировки; объективно оценивать функциональное состояние спортсменов; оценивать состояние пострадавшего и оказывать первую помощь.

1.3. Категория слушателей: тренеры-преподаватели, инструкторы-методисты, педагоги дополнительного образования.

1.4. Форма обучения – очная

1.5. Срок освоения программы: 16 ч.

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный план.

№ п/п	Название разделов (модулей) и тем	Всего часов (общая трудоемкость)	Виды учебных занятий, учебных работ		Самостоятельная работа, час	Формы контроля
			Лекции и	Интерактивное (практическое)		

				занятие, час		
1.	Нормативно-правовое обеспечение деятельности педагогического работника в сфере физической культуры и спорта.	1	1	-		
2.	Теория и методика физической, технической, тактической и психологической подготовки юных спортсменов.	8	2	6		Защита проекта.
3.	Педагогический контроль при занятиях физической культурой и спортом. Оказание первой помощи пострадавшему.	4	1	3		Практикум
4.	Организация спортивно-массовых мероприятий.	3	1	2		Защита проекта
	ИТОГО	16	5	11		

2.2 Рабочая программа

1. Нормативно-правовое обеспечение деятельности педагогического работника в сфере физической культуры и спорта (лекция - 1 ч.)

Лекция. Основные нормативные документы, регламентирующие деятельность педагога в сфере физической культуры и спорта. Изучение документов в части профессиональной персональной ответственности.

2. Теория и методика физической, технической, тактической и психологической подготовки юных спортсменов (лекция - 2 ч. практическое занятие - 6 ч.)

Лекция. Задачи, средства, методы проведения оздоровительных тренировочных занятий. Физическая подготовка - основа спортивного мастерства. Понятие о физической подготовке спортсмена. Основные задачи и содержание общей и специальной физической подготовки. Особенности технической, тактической, психологической подготовки занимающихся в системе дополнительного образования. Особенности технологий адаптивного спорта.

Практическая работа. Практическая работа направлена на формирование у педагогов и тренеров умения проектировать и конструировать занятия по общей физической подготовке (ОФП) с использованием метода круговой тренировки, адаптированного под конкретный вид спорта и возрастную группу.

3. Педагогический контроль при занятиях физической культурой и спортом. Оказание первой помощи пострадавшему (лекция - 1 ч. практическое занятие - 3 ч.)

Лекция: Физиологические особенности спортивной тренировки детей школьного возраста. Педагогический контроль: содержание, цель при занятиях оздоровительной, адаптивной физической культурой и спортом. Пороговые тренирующие нагрузки. Восстановительный период после болезни спортсмена и его содержание. Алгоритм оказания первой помощи при различных состояниях.

Практическая работа. Практическая работа направлена на отработку навыков оказания первой помощи в специфических условиях спортивного зала/площадки, сфокусировавшись на быстрой оценке и немедленном реагировании: оказание первой помощи пострадавшему при обмороке; обструкции верхних дыхательных путей; кровотечении.

4. Организация спортивно-массовых мероприятий (лекция - 1 ч. практическое занятие - 2 ч.)

Лекция: Технологии организации и проведения спортивно-массовых мероприятий в учреждениях дополнительного образования. планирование, подготовка документации, выбор

формата, обеспечение безопасности и зрелищности. Основные этапы организации: разработка документации (Положение о проведении мероприятия, календарный план, смета расходов), формирование оргкомитета и судейской коллегии, подготовка материально-технической базы, организация сбора заявок на участие, обеспечение безопасности (противопожарная безопасность, медицинское обеспечение (наличие медицинского персонала), охрана труда), разработка сценария и программы мероприятия, организация награждения. Формы спортивно-массовых мероприятий.

Практическое занятие. Разработка проекта спортивно-массового мероприятия для обучающихся и родителей.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы

Текущий контроль

Раздел программы: 2. Теория и методика физической, технической, тактической и психологической подготовки юных спортсменов

Форма: защита проекта

Описание, требования к выполнению:

Работа в малых группах по спортивной специализации. Практикум построен по принципу «от теории к собственному продукту» и учит адаптировать метод круговой тренировки под разные виды спорта и возрастные группы.

В ходе практикума участники научатся:

1. Понимать методологическую базу круговой тренировки.
2. Дифференцировать нагрузку в зависимости от возраста и подготовленности.
3. Подбирать упражнения, соответствующие специфике вида спорта.
4. Самостоятельно составлять планы-конспекты занятий ОФП методом круговой тренировки.

Время выполнения – 6 час.

Критерии оценивания:

Задание считается выполненным, если работа отвечает всем условиям, указанным в задании.

Примеры заданий:

Слушателям необходимо разработать занятие общей физической подготовки методом круговой тренировки (в зависимости от вида спорта и возрастной группы занимающихся).

Каждый группа получает задание: «Разработать план круговой тренировки для вашей группы (указать вид спорта и возраст) на развитие... (выбрать качество: например, силовой выносливости), придерживаясь предложенной структуры».

Структура проекта:

1. Вид спорта / Возраст: (например: Хоккей / 14 лет)
2. Цель занятия: (например: Развитие силовой выносливости мышц кора и ног)
3. Количество станций: (например: 6)
4. Время работы / Отдыха: (например: 40 сек / 20 сек)
5. Описание станций:
Станция 1: Прыжки на тумбу.
Станция 2: Русские скручивания с медболом.. и т.д.
6. Инвентарь: (перечислить всё необходимое)

Готовый проект презентовать и защитить перед коллегами, после чего состоится общая дискуссия по разбору типичных ошибок, допущенных при проектировании.

Количество попыток: не ограничено

Раздел программы: 3. Педагогический контроль при занятиях физической культурой и спортом. Оказание первой помощи пострадавшему.

Форма: Практикум по оказанию первой помощи пострадавшему при обмороке; обструкции верхних дыхательных путей; кровотечении.

Описание, требования к выполнению:

Слушателям необходимо сделать оценку предложенной ситуации и составить план оказания первой помощи пострадавшему. Время выполнения – 3 час.

Критерии оценивания:

Задание считается выполненным, если работа отвечает всем условиям, указанным в задании.

Примеры заданий:

Практикум: «Спортивный инцидент: алгоритм действий».

Игра по станциям. На каждой станции разыгрывается заранее подготовленный сценарий реальных ситуаций, которые могут произойти во время тренировки, игры или соревнований.

Станция №1: Обморок на фоне нагрузки

Станция №2: Обструкция верхних дыхательных путей во время игры

Станция №3: Травма с кровотечением

Группа слушателей (4-5 человек) должна за 15-20 минут оценить ситуацию и выполнить необходимые действия по оказанию первой помощи пострадавшему.

Количество попыток: не ограничено

Раздел программы 4. Организация спортивно-массовых мероприятий.

Форма: защита проекта

Описание, требования к выполнению:

Разработка проекта спортивно-массового мероприятия для обучающихся и родителей на основании предложенных первичных данных. При подготовке к защите проекта обязательно отразить целевую аудиторию, цели и задачи, место проведения, подготовить стратегию защиты и защитить разработанный проект. Время выполнения – 2 час.

Критерии оценивания:

Задание считается выполненным, если работа отвечает всем условиям, указанным в задании.

Примеры заданий:

Вводная: в вашем учреждении необходимо провести спортивно-массовое мероприятие для детей 10–12 лет. Бюджет ограничен. Дата — ближайшие выходные. Площадка — спортзал учреждения.

При выполнении задания необходимо выбрать формат мероприятия («Веселые старты», «Семейная спартакиада», «Новогодний квест-спорт», др.), разработать документацию мероприятия (Паспорт проекта (Концепция), проект Положения, смета расходов), разработать план обеспечения безопасности (медицинское обеспечение, охрана труда, пожарная безопасность, логистика) и т.д.

Готовый проект презентовать и защитить перед коллегами, после чего состоится общая дискуссия по разбору типичных ошибок, допущенных при проектировании.

Количество попыток: не ограничено

Итоговая аттестация

Итоговая аттестация осуществляется по совокупности результатов всех видов контроля, предусмотренных программой.

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы

4.1. Организационно-методическое и информационное обеспечение программы

Нормативные документы

1. Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" от

- 04.12.2007 N 329-ФЗ - https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/ (дата обращения: 23.04.2026).
2. ФЗ О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 14.04.2021 г. - <https://docs.cntd.ru/document/603447091> (дата обращения: 23.04.2026).
3. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями) - <https://docs.cntd.ru/document/902389617> (дата обращения: 23.04.2026).
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 28.12.2021 г. № 3894-р (О Концепции развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 г.) - <https://docs.cntd.ru/document/727930097> (дата обращения: 23.04.2026).
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» - <https://docs.cntd.ru/document/351746582> (дата обращения: 23.04.2026).
6. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 № 635 «Об утверждении особенностей организации образовательной деятельности для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта в отношении дополнительных образовательных программ спортивной подготовки» - <https://docs.cntd.ru/document/351621618> (дата обращения: 23.04.2026).
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» - <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202102030022?index=2> (дата обращения: 23.04.2026).
8. Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» - <https://base.garant.ru/75093644/> (дата обращения: 23.04.2026).

Литература Основная

1. Бегидова Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры. М.: Юрайт, 2023. 182 с.
2. Гимазов Р. М. Теория и методика физической культуры и спорта: обучение двигательным действиям. Учебное пособие для вузов, 2-е изд. М.: Лань, 2024. 156 с.
3. Зобкова Е. А. Менеджмент спортивных соревнований. Учебное пособие для СПО, 2-е изд. М.: Лань, 2023. 40 с.
4. Никитушкин В. Г., Чесноков Н. Н., Чернышева Е. Н. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания. М.: Юрайт, 2023. 280 с.

Дополнительная

1. Карелова И. И. Комплексное развитие детей. Познавательная, речевая, игровая, социальная деятельность. ФГОС ДО. М.: Учитель, 2020. 134 с.
2. Королёв А. С. Круговая тренировка как средство массовой физической подготовки студентов. Учебное пособие для вузов. М.: Лань, 2023. 68 с.
3. Литош Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии. Психолого-педагогическое сопровождение. М.: Юрайт, 2020. 170 с.

4. Ловягина А. Е., Ильина Н. Л., Медников С. В. Психология физической культуры и спорта. М.: Юрайт, 2023. 610 с.
5. Лукьяненко В. П. Теория физической культуры и спорта. Практические занятия. Учебное пособие для вузов. М.: Лань, 2024. 116 с.
6. Манжелей И. В. Организация физкультурно-спортивной досуговой деятельности населения. Учебное пособие для вузов. М.: Лань, 2023. 192 с.

Электронные обучающие материалы

Интернет-ресурсы

1. <http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/2> — научно-методический журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка»
2. <http://teoriya.ru/ru> — журнал «Теория и практика физической культуры».
3. <http://www.infosport.ru> Национальная информационная сеть «Спортивная Россия». Ресурс содержит в себе разнообразные виды информации о спорте. Каталог интернет-ресурсов. Отраслевой банк данных. Спортивный фотобанк. Календарь региональных мероприятий. Государственные и общественные спортивные организации.

4.2. Материально-технические условия реализации программы

Технические средства обучения

1. Специализированный программно-аппаратный комплекс педагога (мультимедийный проектор, экран, интерактивная доска, компьютер с предустановленным программным обеспечением и доступом в Интернет, принтер, сканер и др.).
2. Специализированный программно-аппаратный комплекс слушателя (компьютер с предустановленным программным обеспечением и доступом в Интернет).
3. Спортивный зал со стандартным оборудованием.